

# Kotihäpeästä kotiposiitivisuuteen

KUINKA SISUSTUSARKKITEHTI VOI EDISTÄÄ ESTEETTISTÄ HYVINVOINTIA

VEERA HAKOMÄKI  
AALTO-YLIOPISTO  
SISUSTUSARKKITEHTUURI



Taiteen kandidaatin opinnäytetyö  
Veera Hakomäki  
Aalto-yliopiston Taiteiden ja suunnittelun korkeakoulu  
Arkkitehtuurin laitos  
Sisustusarkkitehtuurin koulutusohjelma  
Vastuunopettaja: Yliopistonlehtori Antti Pirinen  
Ohjaaja: Antti Pirinen  
2019





**Tekijä** Veera Hakomäki

**Työn nimi** Kotihäpeästä kotiposiitiivisuuteen, kuinka sisustusarkkitehti voi edistää esteettistä hyvinvointia

**Laitos** Arkkitehtuurin laitos

**Koulutusohjelma** Sisustusarkkitehtuuri

**Vuosi** 2019

**Sivumäärä** 62

**Kieli** Suomi

## Tiivistelmä

Tämän kandidaatintutkielman tavoitteena on muodostaa kuva kotihäpeästä ilmiönä. Lyhyesti se on stressiä siitä, että kodin pitäisi aina olla tiptop. Se on ahdistusta, joka muuttaa asumisen loputtomaksi siivous- järjestely- ja organisointioperaatioksi. Kotihäpeän takia kyläilijät jäävät kutsu-matta, eikä yllätysvieraille avata ovea. Se saa meidät linnoittautumaan koteihimme, jättämään vieraat ulkopuolelle ja käpertymään yksin kodin keskeneräisyyteen.

Työ jakautuu kolmeen osaan. Alun kirjallisuuskatsauksessa taustoitetaan kotihäpeän käsitettä pohtimalla, kuinka kokemus kodista muodostuu ja millaisia vaatimuksia yhteiskunta sekä historialliset rooli-dotukset kodin kentälle luovat. Ympäröivän kulttuurin voimat näkyvät kodissa myös makuun, statukseen ja kunnollisuuteen liittyvinä vaatimuksina, joita avataan työn taustaosiossa. Vastinparina kotihäpeälle tutkielmassa käsitellään esteettisen hyvinvoinnin, sekä kotiposiitiivisuuden määritelmiä, ja peilataan niitä kotihäpeän teemoihin.

Tutkielman seuraavassa osassa keskitytään konkretisoimaan kotihäpeän kokemusta. Laadullisen kyselytutkimuksen avulla luodaan kuvaa siitä, millaisia vaikutuksia kotihäpeällä todella on ihmisten arjessa. Aineistosta käy ilmi, että kotihäpeä aiheuttaa stressiä, mielialan laskua ja se yhdistetään voimattomuuden, ja huonommuuden tunteisiin. Varsinkin vieraiden tulo koetaan kuormittavana: silloin ahdistutaan, hävetään kodin kauhtunutta sisustusta ja peitellään epäjärjestystä. Haa-veena olisi, että kodista tulisi perheen yhteinen projekti, jossa tavarat olisivat järjestyksessä, ja jossa arki sujuisi rauhallisesti ja seesteisesti.

Työn viimeisessä osiossa vedetään yhteen tausta- ja tutkimusosien teemoja. Tarkoitus on syven-tää käsitystä ilmiöstä edelleen ja pohtia kotihäpeän merkitystä suunnittelijan näkökulmasta. Ai-neiston pohjalta on selvää, että kotihäpeä on arkea monelle, ja sen vuoksi sitä tulisi käsitellä asun-tosuunnittelun kysymyksiä pohdittaessa. Kyselyn perusteella ei voida tehdä pitkälle meneviä joh-topäätöksiä, mutta vastauksista nousee esiin monia mahdollisia vaikuttamisen paikkoja kodin käy-tännön ratkaisuksista aina yhteiskunnalliseen muutokseen asti.

Tutkielma osoittaa, että kotihäpeä osuu syvälle. Se on rajoittava tekijä, joka estää meitä nautti-masta kodista ja sosiaalisista suhteista. Se on monitahoinen käsite, joka kietoutuu kysymyksiin ihmisen persoonasta, arvosta ja hyväksytyksi tulemisesta. Tästä tulokulmasta herää tarve keskus-televaan ja tasavertaiseen kohtaamiseen suunnittelijan ja asukkaan välillä. Dialoginen suunnitte-luote voisi toimia vastalääkkeenä häpeälle ja auttaa kestävien ratkaisujen löytämisessä.

**Avainsanat** koti, kotihäpeä, kotiposiitiivisuus, esteettinen hyvinvointi, sisustusarkkitehtuuri, laa-dullinen tutkimus,

# Sisällys

<b>TIIVISTELMÄ</b>	<b>5</b>
<b>JOHDANTO</b>	<b>9</b>
<b>OSA 1. TAUSTA</b>	<b>13</b>
<b>Kotihäpeä</b>	<b>14</b>
Häpeän psykologinen tausta	14
Mitä kotihäpeä on	15
<b>Koti hyvinvoinnin edellytyksenä</b>	<b>17</b>
Mitä on hyvinvointi	17
Estetiikka ja hyvinvointi	18
<b>Kodin merkitys</b>	<b>22</b>
Talosta koti	22
Koti osana yhteiskuntaa	23
Koti kunnollisuuden kuvana	25
<b>Koti statuksen merkinä</b>	<b>28</b>
Onko kodin sisustaminen makuasia	28
Status – hyväksynnän kaipuuta	30
<b>Kotiposiitivisuus</b>	<b>33</b>

## OSA 2. TUTKIMUS

Tutkimuksen toteutus

Tulokset

Kotihäpeän kokemus

Miksi koti hävettää

Miten kotihäpeästä voisi päästä

Tutkimuksen taustatiedot

37

38

42

42

43

45

47

## OSA 3. POHDINTA

Kohti kotiposiitivisuutta

49

50

## OSA 4. LÄHTEET

Lähteet

Liite

55

56

58





# Johdanto

Koti tarkoittaa minulle suojaa ympäröivältä, kaoottiselta maailmalta. Kuva kodista turvana, paikkana, jossa voi olla ilman stressiä ja ahdistusta, rauhan tilana, on minulle tärkeä. Kuitenkin koti on myös se paikka, jossa arjen keskellä kulminoituu aamujen hektisyys ja iltaisin kasautuneiden tehtävien kaaos. Se on kiireen alku- ja loppupiste.

Kodin myös ajatellaan kertovan jotakin olennaista asujastaan. Kun astumme vierailulle toisen kotiin, lähes automaattisesti teemme huomioita sen esineistöstä ja järjestyksestä. Kuvittelemme tavarakokoelman ja kodin tunnelman kuvastavan omistajansa luonnetta, kenties jopa paljastavan jotakin piilossa olevaa. Kodin sisustukseen kietoutuu käsityksiä siitä, millainen ihminen olen, ja millaisena haluan itseni muille esittää. Se, millainen tila- ja tavarakokonaisuus kodistamme muodostuu, ei siis ole sattumaa, vaan siihen liittyy kulttuurin arvot ja arvostukset, status ja hierarkia. (Purhonen, ym. 2014, 224.)

Kodin sisustukseen liittyy kosolti erilaisia vaatimuksia, joiden seassa meidän asukkaiden tulee luovia. Ei ihme, että termi ”kotihäpeä” on puhututtanut jopa Kielitoimiston sanakirjan toimittajia (Paajanen & Pyhälähti 2018). Kotihäpeä on sitä, kun ei kehtaa kutsua tuttuja kotiin, jos tiskit ovat jääneet pesemättä tai pyykit vuoreksi sohvalle. Se on ”pelkoa siitä, että toiset eivät hyväksy ja rakasta meitä, ellemme jatkuvasti pidä yllä kunnollisuuden kulisseeja”, sanoo kulttuurintutkija Ilana Aalto (2018a).

Kandidaatintutkielmassani haluan tarttua kotihäpeän tematiikkaan. Koen itse vahvana ulkopuolelta, erityisesti mediasta tulevan paineen pyrkiä kohti tietynlaista, pin-

nalla olevaa visuaalista tyyliä. Tunnen sisäisen ristiriidan siinä, millaista sisustuksen suuntaa ja suunnitteluprosessia minulta suunnittelijana odotetaan, ja millaiset suunnittelun arvot tai visuaalinen kuvasto minulle todellisuudessa on merkityksellistä. Suunnittelijana haluan olla luomassa kestävämpää ja lempeämpää suhtautumista sisustamiseen, sillä tärkeintä minulle suunnittelussa ei ole muoto, vaan se, millaisia arvoja työni välittää. Toivon työni paljastavan sellaisia tarttumapintoja, joiden kautta suunnittelija voi mahdollistaa eheämmän, positiivisemmän suhtautumisen kotiin.

Työni ensimmäisessä osassa taustoitin kodin käsitettä, sitä kuinka kokemus kodista muodostuu. Pohdin häpeää ja sen merkityksiä, ja tutkin kuinka kotiin ja asumiseen kietoutuvat käsitykset ohjaavat olemistamme kodin näyttämöllä. Avaan esteettisen hyvinvoinnin sekä kotiposiitivisuuden määritelmiä vastinparina kotihäpeälle.

Tutkimusosuudessa hahmottelen keräämäni kyselyaineiston tuloksien perusteella sitä, kuinka kotihäpeä konkretisoituu arjessa. Millaista häpeä on, miten se ilmenee kodin seinien sisällä ja kuinka se vaikuttaa elämäämme ja ajatteluunne? Aineistoa analysoimalla tyypittelen kotihäpeän eri ilmenemismuotoja, ja sitä kautta syvennän käsitystä koko ilmiöstä, jolla ei vielä ole kovin tieteellistä määrittelyä.

Lopuksi vedän yhteen taustaosuuden ajatuksia ja tutkimuksessa nousseita teemoja tarkoitukseni edelleen laajentaa ymmärrystä ilmiöstä. Aineiston perusteella pyrin hahmottamaan kotihäpeän merkitystä suunnittelijan näkökulmasta: Pohdin, miten ilmiö suhteutuu eri suunnittelun osa-alueisiin, sekä selvitän, ilmeneekö aineiston perusteella sellaisia kiinnekohtia, joihin suunnittelija voisi työssään tarttua ja sitä kautta vaikuttaa.





OSA 1.

# Tausta

# Kotihäpeä

## HÄPEÄN PSYKOLOGINEN TAUSTA

Nolouden herättämä punastuminen ja ahdistukseen asti ajava kasvojenmenetys ovat molemmat esimerkkejä siitä, kuinka moninainen ilmiö häpeän tunne on. Harmiton unohdus, epävarmuus omasta ulkomuodosta, tai epäonnistumisen tunnustaminen voivat kaikki aiheuttaa häpeää. Häpeän vakavuus vaihtelee ja sitä aiheuttavat tilanteetkin ovat erilaisia. Ydin kuitenkin on yhteinen: häpeän tunne herää, kun huomaan olevani toisten huomion kohteena, ja kun huomioiduksi tulemiseen ”liittyy jonkin (asiallisen, siveellisen konventionaalisen tai henkilökohtaisen) normin loukkaus” (Simmel 2005, 183). Häpeä siis syntyy tilanteessa, jossa en täytä ihanne itseni odotuksia ja tämä vajavuuteni nostetaan muiden arvioitavaksi.

Tutkimuksessaan Tangney ja Dearing (2002) tukeutuvat psykologi Helen Lewisin määritelmään häpeän tunteesta. Lewis kuvailee häpeää tuskalliseksi tuntemukseksi, johon usein yhdistyy kokemus huonomuudesta, arvottomuudesta ja voimattomuudesta. Häpeävä tuntee itsensä paljastetuksi, vaikkei häpeän herääminen varsinaista yleisöä tarvitsekaan. Ihminen voi tuntea sisäistettyä häpeää, jolloin itse on samankaltaisesti arvioitsijan ja pettymyksen aiheuttajan roolissa. Häpeän tunne aiheuttaa halun paeta tai kadota, hävitä tilanteesta kokonaan. Se on hankala tunne siksi, että kohteena on oma minuus. Erotuksena syyllisyyteen, jossa huomio kohdistuu siihen mitä tein, häpeässä olennaista on, että se saa kokijan epäilemään omaa arvoaan. (Tangney ja Dearing 2002, 18–25, 127.)

Usein ajatellaan, että häpeä saa meidät suuntaamaan vihamme sisäänpäin. Tang-

neyn ja Dearingin tutkimuksessa huomattiin, että vastoin yleistä luuloa häpeä vaikuttaa erityisesti toimintaamme suhteessa toisiin. Kokiessaan häpeää ihminen, todennäköisemmin kuin syyllisyyden tapauksessa, syyttää tilanteesta muita, turvautuu vihaan ja jopa väkivaltaan. Häpeä on moraalinen emotio ja siihen taipuvainen kokee koko olemassaolonsa joutuvan negatiivisen arvostelun kohteeksi pienen virheen tai rikkomuksen takia, ja luonnollisesti tilanne tuntuu epäreilulta. Epäoikeudenmukaisuuden tunne saa aikaan pettymyksen, joka taas kohdistuu ulkopuolelle, toiseen. Häpeä siis provosoi toisiin suuntautunutta aggressiota, ja samalla vähentää kykyämme empatiaan. Syyllisyys taas on yleensä helpompi tunne kohdata: se saa aikaan vähemmän defensiivisiä aggressioita ja voi itseasiassa avata silmät toisen myötäelävään kohtaamiseen, sekä rohkaista rakentavampiin tapoihin ilmaista suuttumusta ja vihaa. (Tangney & Dearing 2002, 91–96, 104–110.)

Koska häpeän kokemus peilautuu ihmisen käsitykseen omasta persoonastaan, eli siihen, kuka hän pohjimmiltaan on, tuhoisimmillaan sen seuraukset ovat vaikeita korjata. Häpeä ikään kuin sisäistyy osaksi minuutta ja samalla tekee minästä haavoittuvan. Kokonaisvaltainen minuuden kyseenalaistaminen uhkaa koko identiteettiä ja siksi häpeän tunteet voivat horjuttaa psykologista hyvinvointiamme vakavin seurauksin. Tutkimuksissa häpeän on todettu olevan yhteydessä jopa päihteiden käyttöön ja itsemurhiin, käyttäytymiseen, jonka voi nähdä äärimmäisenä yrityksenä vaientaa syyttävän sisäisen tuomarin ääni. (Tangney & Dearing 2002, 127, 137–138.)

## MITÄ KOTIHÄPEÄ ON

Kotihäpeä on stressiä siitä, että kodin pitäisi olla aina tiptop. Kun vieraat soittavat ovikelloa ja olohuoneen sohvalle lojuu viime viikon vaatevalikoima, on kotihäpeä syy siihen, miksi ovi ehkä jää avaamatta. Tai jos vieraat uskaltaa kutsua sisälle asti, kotihäpeä saa anteeksipyytelemään lattialla vaeltelevia parittomia sukkia ja villakoirien invaasiota. Sen takia myös herää tarve selitellä, miksi kylpyhuoneessa on vieläkin edellisen asukkaan valitsemat laatat, ja miksei makuuhuoneen seinän ruuvinkoloja ole vielääkään paikattu.

Historiallisten rooliodotusten takia kotihäpeä kiteytyy ensisijaisesti naisten ongelmaksi: koti on ollut naiselle ainoa paikka, jossa hänellä on valta vaikuttaa. Miesten maailmaa oli koko yhteiskunta, naisen valtakunta sijaitsi kotona. Siksi koti on myös kenttä, jossa naisena olemiselle on asetettu hurjat paineet ja odotukset. Nämä vaatimukset heijastuvat naisten arkeen edelleen, vaikka sukupuoliroolien väliset erot tässä suhteessa ovat kaventuneetkin.

Pohjimmiltaan kotihäpeää kokevaa pelottaa se, etteivät kodin sotkut ja kauhtunut sisustus kertoisikaan rahan tai ajan puutteesta, vaan siitä, että olen surkea ja epäonnistunut. Kulttuurintutkija Ilana Aalto summaa kotihäpeän osuvasti peloksi siitä, että ”toiset eivät hyväksy ja rakasta meitä, ellemme jatkuvasti pidä yllä kunnollisuuden kulisseeja” (Aalto 2018a). Kuten häpeää tarkastellessa huomattiin, pohjimmiltaan kyseessä on koko ihmisen persoona, olemassaolon oikeutus ja ihmisyyys. Kodista tulee mittari, jonka perusteella teemme selvitystä asujan kunnollisuudesta.

Moraaliset emotiot, esimerkiksi häpeä, ovat ihmisyyhteisölle välttämättömiä, sillä ne ohjaavat ihmisten toimintaa yhteisten normien mukaiseksi. Samoin kulttuurin säännöt siitä, mitä sukupuolilta odotetaan, ovat sosiaalisia konstruktioita – niidenkin tehtävänä on huolehtia yhteisön eheydestä. Milloin talosta tulee koti –luvussa käsitelen sitä, kuinka kodin merkitys muotoutuu asukkaiden ja tilan vuorovaikutuksessa. Pureudun myös syvemmälle siihen, kuinka naisen arvo on historiallisesti määrittynyt pitkälti hänen kodinhengittäjän kykyjensä kautta ja kuinka nämä käsitykset näkyvät yhteiskunnassa edelleen.



# Koti hyvinvoinnin edellytyksenä

## MITÄ ON HYVINVOINTI

Hyvän elämän aineksista on kiistelty jo historian sivu. Nykyaikana elämme hyvinvointivaltiossa, joten onko meidän elämämme siis hyvää? Hyvinvointi rakentaa hyvää elämää, mutta mitä hyvinvointi oikein on? Ainakin se on henkilökohtainen kokemus. Sen sisältö vaihtelee yksilöstä toiseen: se mikä riittää hyvän elämän aineksiksi jollekin, ei tyydytä toisen tarpeita. Ja koska hyvinvoinnin vaatimukset ovat jokaisella erilaiset, on ilmiötä vaikea mitata.

Myös hyvinvointitutkimuksessa esiintyy hyvin erilaisia määritelmiä hyvinvoinnille ja sen mittaamiselle. Utilitaristinen perinne korostaa yksilön kokemusta omasta hyvinvoinnistaan, päinvastaista lähestymistapaa edustaa resurssipohjainen hyvinvointitutkimus, jossa hyvinvointi vertautuu resursseihin, esimerkiksi tuloeroihin, koulutukseen ja yhteiskunnan tarjoamiin palveluihin. Suomalaisen hyvinvointitutkimuksen klassikko Erik Allardt kuvaa hyvinvoinnin kokonaisuutta loving-having-being-kolmijaolla. Hyvinvoinnin pohjana on elintaso (having), loving taas tarkoittaa yhteisyyssuhteita, ja being viittaa itsensä toteuttamisen mahdollisuuksiin. (Saari 2011, 34–36, 43–44.) Selvää on, että kokonaisvaltaisen näkemyksen saavuttamiseksi pelkkä yksilön näkökulman tarkastelu ei riitä, vaan hyvinvoinnin käsite laajenee kollektiiviselle tasolle.

Hyvinvointiin vaikuttavat yhteiskunnan tarjoamat palvelut. Ensinnäkin hyvinvointiyhteiskunta huolehtii perustarpeista, siitä että jokaisella on asunto ja toimeentulo. Edelleen, se luo puitteet yksilön elämänlaadulle ja osallisuudelle tarjoamalla terveys-

palveluja, koulutusmahdollisuuksia, sosiaaliturvan sekä areenat vaikuttamiselle sekä osallistumiselle. (Sosiaali- ja terveysministeriö.)

Yksilön tasolla hyvinvointi on kykyä sopeutua, vastata muuttuviin tilanteisiin. Se on aktiivisuutta, ongelmanratkaisukykyä, sitä että pystyy kommunikoimaan itsensä ja ympäristönsä kanssa. Hyvinvointia on, että kykenee ylläpitämään oman, sisäisen eheyden kokemuksen.

Koti on tärkeä hyvinvoinnille jo siitä itsestään selvästä syystä, että se tarjoaa suojan ympäröiviä vaaroja vastaan, ja mahdollistaa sopeutumisen ympäristön vaihteleviin olosuhteisiin. Suomessa asuntopolitiikan oivallus on ollut Asunto ensin -periaate, jossa kodin merkitys yksilön hyvinvoinnille konkretisoituu käytäntöön. Ideana on, että asunnon ajatellaan olevan hyvinvoinnin lähtökohta, perusoikeus (Kaakinen 2017). Oma koti, paikka maailmassa, on edellytys elämänhallinnalle ja hyvinvoinnin laajemmalle toteutumiselle. Kodin voisi nähdä hyvinvoinnin representaationa, paikkana, jossa hyvinvointi materialisoituu. Se on turva ja itseilmaisun näyttämö, monesti myös tärkeimpien sosiaalisten suhteiden kenttä.

## ESTETIIKKA JA HYVINVOINTI

Tavallisesti esteettisen ajatellaan olevan jotain aistein havaittavaa, kuten vaikkapa luonnon kauneuden ihmettely tai rakennetun ympäristön tarkastelu. Aistimellisuus on lähtökohtana kuitenkin kapea, sillä se rajaa esteettisen ulkopuolelle abstrakteja esteettisen kokemuksen lähteitä, kuten esimerkiksi sanataiteen. Nämä abstraktit esteettisen kokemuksen lähteet vaativat kuvittelua auetakseen, ja siksi filosofi Arto Haapala nostaa inhimillisen kuvittelukyvyn esteettisen kokemuksen edellytykseksi. (Haapala 2015, 22.)

Mielikuvitus vapauttaa meidät todellisuuden kahleista niin, että eteemme avautuu mahdollisuuksien loputon maailma. Kuvittelukyky myös ”täydentää, lisää, yhdistelee ja projisoi havaintokokemusta, ja tällä tavalla se voi eri tavoin alkaa rakentaa jotakin ylimääräistä” (Haapala 2015, 24). Esteettisessä elämyksessä on kyse tietynlaisesta kuvitteellisesta kokemuksesta ja tällä kokemuksella voi olla merkitystä hyvinvoinnin

kannalta. Kokemus voi olla rentouttava tai virkistävä, rauhoittava tai tunteita herättävä – se voi tehdä arjesta mielekkäämpää.

Estetiikalla on kiistattomasti merkitystä ihmisen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta, mutta mitä on esteettinen hyvinvointi? Sen määrittelemisen onkin hankalampaa, sillä aihetta on tutkittu perin vähän. Haapalalle esteettinen hyvinvointi on ”monipuolinen ilmiö ja ympäristön kokemiseen liittyy esteettisiä ulottuvuuksia, jotka tukevat ja edistävät ihmisen perustavaa hyvinvointia”. Hänen mielestään ”estetiikkaa ja esteettisiä arvoja ei tulisikaan sulkea ihmisen hyvinvoinnista käytävän keskustelun ulkopuolelle, vaan olisi aika tunnustaa niiden merkitys” (Puolakka 2015, 15).

Estetiikan ja hyvinvoinnin suhdetta on tarkastellut Monroe E. Beardsley (1983) näkee varallisuuden potentiaalina, jonka aktualisointia hyvinvointi on. Esteettinen hyvinvointi siis rakentuu esteettisen varallisuuden perustalle ja realisoituu esteettisten aistimusten kokemisena. Yhteiskunnassamme esteettistä varantoa ylläpitävät erilaiset instituutiot ja organisaatiot, kuten taidemuseot, teatterit ja konserttitalot – itseasiassa koko kulttuuriperintömme rakentuu esteettisten arvojen pohjalle. Jotta esteettinen hyvinvointi toteutuisi, Beardsleyn mukaan yhteiskunnan olisi tarjottava yksilöille mahdollisimman paljon laadukkaita esteettisiä elämyksiä.

Jos hyvinvointi lähenee pohdintoja siitä, millaista on hyvä elämä, voidaan esteettistä hyvinvointia lähestyä pohtimalla, millaista on esteettinen elämä. Oscar Wilde (1854–1900) on tokaissut, että jokaisen pitäisi joko olla taideteos tai pitää yllään sellaista. Esteettinen elämä voisi siis olla kaiken ympäröivän estetisointia. Todellinen esteetikko kuratoi kodistaan visuaalisesti miellyttävien tavaroiden gallerian ja etsii estetiikkaa myös tavallisista, triviaaleista asioista. Arkipäiväinen koristellaan esteettiseksi elämykseksi.

Arjen estetiikka käsitetäänkin usein pinnallisena höttöinä, ruman ja tylsän kauniimaksi kuorruttamisena. Plastiikkakirurgia, pikamuoti ja erilaiset lifestyle-trendit nousevat ensimmäisenä mieleen arjen estetisointia ajatellessa. Estetiikka ajaa valtavaa talouden tuotantokoneistoa, ja sillä on suuri vaikutus koko maapallon hyvinvointiin. Tästä näkökulmasta elämä taideteoksena –ajattelu paljastuu riittämättömäksi. Pelkkä oman elämänpiirin estetisoiminen jättää huomioimatta sen väistämättömän tosiasian,

että inhimillisinä olentoina olemme osa ympäröivää kulttuuria.

Esteettisen hyvinvoinnin tarkastelussa on siis otettava huomioon moraalinen aspekti, jolloin kuvitteelliseen ja aistinvaraiseen yhdistyy tosielämä. Haapala viittaa Arnold Berleantin sosiaalisen estetiikan käsitteeseen, jossa esteettisen rinnalla huomioidaan ihmisten väliseen kanssakäymiseen liittyvät lainalaisuudet. Esteettisen elämäntavan tulee kohdella kanssaolijoita kunnioittaen, ei tuhoten. Jos sosiaalisessa kanssakäymisessä haluaa onnistua, on tarpeen tuntea yhteiset pelisäännöt, ja tässä esteettisen määritelmään liittyvä kuvittelu astuu taas kuvaan. Sen ansiosta voimme sisäistää uusia sosiaalisia normeja eläytymällä toisen ihmisen asemaan. (Haapala 2015, 34.)

Haapala tiivistää eräänlaisen esteettisen hyvinvoinnin kultaisen säännön näin: ”Ihmisen hyvään elämään kuuluu kanssakäymistä niin muiden ihmisten kuin erilaisten esineiden ja asioiden kanssa. Jotta tällainen kanssakäyminen olisi mahdollista ja jotta mahdollisuus säilyisi, ihmisen on toimittava niin, etteivät nämä kanssakäymisen edellytykset tuhoudu.” (Haapala 2015, 37.) Estetiikka käsitteenä syvenee ja sen rinnalla kulkee etiikka.

Esteettisen hyvinvoinnin käsite on ehkä intuitiivisesti suhteellisen helppo käsitellä, mutta käytännössä käsite osoittautuu haasteelliseksi. Jo pelkästään hyvinvoinnin mittaaminen on ongelmallista – esteettisen hyvinvoinnin mittaaminen on sitäkin mutkikkaampaa. Esteettiset arvostelmat syntyvät aistinvaraisesti ja liittyvät tiettyyn tilanteeseen, siten ne ovat subjektiivisia. Niihin liittyy väistämättä emotionaalinen ja arvottava aspekti: koemme jonkun asian kauniiksi tai rumaksi, tyylikkääksi tai mauttomaksi. Teemme vertailua aiempiin kokemuksiimme. Vertailu on kuitenkin ongelmallista, sillä ei ole olemassa esteettisyyden yksikköä, jota voitaisiin mitata. (Naukkarinen 2011, 212.) Kuinka siis voimme tehdä johtopäätöksiä esteettisestä hyvinvoinnista, siitä, mikä sitä lisää, tai vähentää? Yksiselitteistä vastausta ei vielä ole, kenties tulevaisuudessa tutkimus ja tiede tuovat tähänkin ratkaisuja, vaikka tuskin koskaan esteettistä hyvinvointia pystytään ilmaisemaan kokonaisvaltaisesti vain numeroiden keinoin. Nyt on tyydyttävä pohtimaan estetiikkaa monelta kantilta, luottaen kuvittelukyvyyn voimaan ja määrittelemällä käsitteitä, työkaluja pohdinnan tueksi.

Haapalan esteettisen hyvinvoinnin kultaista sääntöä mukaillen esteettisen hyvin-

voinnin rakentamisessa avainasemassa voisi olla se, kuinka yhteisön tai yksilön arvot konkretisoituvat ympäristössä. Sisustusarkkitehtuurissa tämä voi tapahtua vaikkapa osallistamalla asukkaat mukaan kodin sisustusprojektiin, ja määrittelemällä yhdessä, millaisia arvoja ja ajatuksia suunnitelman kautta tavoitellaan. Koska esteettiset arvo-  
telmat ovat viimekädessä subjektiivisia ja tilannesidonnaisia, suunnittelijallakaan ei ole mitään absoluuttista mittatikkua esteettisyyden arvioimiseksi, voimme vain tyy-  
tyä perustelemaan näkemyksemme. Suunnittelija ei siis asiantuntijana voi sanella es-  
teettisyyden ehtoja, vaan esteettinen hyvinvointi kehittyy kommunikaatiosta. Jurgen  
Habermasin teorioihin pohjautuvan kommunikatiivisen suunnitteluteorian valossa pa-  
ras tapa esteettisen hyvinvoinnin lisäämiseksi ja kestävän suunnittelun takaamiseksi  
on juurruttaa yhteisö, eli kodin tapauksessa sen asukkaat, mukaan päätöksentekoon  
(Mattila 2015, 47). Samalla asukkaan tunne yhteenkuuluvuudesta kotinsa kanssa vah-  
vistuu, joka taas edesauttaa eheyden kokemusta. Näin estetiikka on tärkeä osa ihmisen  
kokonaisvaltaista hyvinvointia.

# Kodin merkitys

## TALOSTA KOTI

Juhani Pallasmaa (1998, 132) pohtii esseessään miksi arkkitehdit näkevät asuntojen suunnittelun vain tilan, rakenteen ja järjestyksen arkkitehtonisena ilmentymänä. Tällöin arkkitehtuuri on muodonantoa, joka on riippumatonta ajasta ja paikasta – universaalia ja idealistista taidetta. Pallasmaa nostaa esimerkiksi Mies van der Rohen suunnitteleman Farnsworth housen, yhden arkkitehtuurin kiistattomista helmistä, jota Farnsworth itse ei koskaan hyväksynyt kodikseen. Arkkitehtuuri unohtaa asujan, Pallasmaa kritisoi, ja tuottaa asumuksia, joista puuttuu sielu, vaikka kodissa merkityksellistä ovat juuri tunteet, mielikuvat ja ideat. Koti on paljon enemmän kuin pelkkä fyysinen tila.

Kun asuja ottaa asumuksen omakseen käyttämällä ja muokkaamalla sitä, hän samalla määrittelee uudelleen kodin käsitettä. Talosta tulee koti suhteessa asujaansa. Asukas muovaa tilaa sisustamalla, mutta myös rutiinien ja rituaalien – tavallisten jokapäiväisten tapojen – kautta. Kirsi Saarikangas selittää tämän suhteen toimivan myös vastakkaiseen suuntaan: asunto, sen tilaratkaisut ja kulttuuriset merkitykset vaikuttavat asukkaisiin muuntaen heidän välisiä suhteitaan. Tilajärjestelyt ja niiden väliset yhteydet asettavat reunaehdot kodissa liikkumiselle, ne rajaavat reittejä ja luovat kohtaamisen ja toiminnan paikkoja. (Saarikangas 2002, 20–24.)

## KOTI OSANA YHTEISKUNTAA

Koti on monitahoinen ja muuttuva merkitysten kimppu. Se on käsite, joka herättää muistoja, tunteita ja mielikuvia. Kodin määritelmä on siis kovin henkilökohtainen, ja sidoksissa siihen kontekstiin, jossa elämme. Perinteisessä suomalaisessa unelmasa punaisesta tuvasta ja perunamaasta koti näyttäytyy omistettavana alueena, omana paikkana maailmassa. Tähän haavekuvaan liittyy mielestäni olennaisesti ajatus kodista tilana, jossa asuja saa olla ja elää kuten huvittaa. Tavallisesti koti käsitetäänkin nimenomaan yksityiseksi – paikaksi, jossa on turvassa, ja jossa on turvallista olla oma itsensä. Johansson ja Saarikangas kuvailevat kotia pesäksi, tai universumiksi itsessään, minne asukas voi paeta ulkopuolisen maailman sääntöjä (Johansson ja Saarikangas 2009, 11).

Koti ei kuitenkaan ole eristyksissä ympäröivästä maailmasta. Kodin merkitys, sen tilaratkaisut ja asumisen tavat ovat jatkuvassa muutoksessa. Ympäröivän yhteiskunnan sosiaalinen, kulttuurinen ja taloudellinen todellisuus muokkaavat näkemyksiämme siitä, millainen kodin pitäisi olla ja miten siellä tulisi asua. Ilmiön voi huomata esimerkiksi siinä, kuinka eri aikakausien perheideaalit ovat olleet kytköksissä kodin tilaratkaisuihin ja asumisen käytäntöihin. (Johansson ja Saarikangas 2009, 11.) Nykyinen, 1900-luvun aikana muotoutunut käsitys modernista asunnosta on merkinnyt asumisen ”yhdenmukaistamista, normittamista ja standardisoimista” (Saarikangas 2002, 9). Aiemmin asumista määrittivät sääty- ja luokkajaot, mutta uusi, luokaton asunto laajensi saman perheen ja asumisen ideaalin koskemaan jokaista taustasta riippumatta.

Saarikankaan mukaan jo 1800-luvun lopulta lähtien asuntokeskustelussa nousi esille ajatus kodin ja arjen uudelleen järjestämisestä, jonka tavoitteena oli uuden ihmisen ja yhteiskunnan luominen. Asunto ja lähiympäristö alettiin nähdä paremman ihmisen kasvattajina, jonka seurauksena koti sai myös moraalisen ulottuvuuden. Funktionalismi vei tämän ajatuksen äärimmilleen ja sen myötä kodista tuli sosiaalihygieninen projekti, jossa puhtaus ja kauneus käsitettiin toistensa synonyymeinä. Funktionalis-

min ihanteena oli tahrattoman valkoinen, avara ja raikas koti, jossa siveellistä elämää eli isän, äidin ja lasten muodostama ydinperhe. (Saarikangas 2002, 41–43, 51.)

Kun funktionalismin myötä kodin tehtävä kasvatuksen ja sivistyksen välikappaleena korostui, ladattiin myös asukkaan roolille odotuksia. Elämä kodissa ei enää rajautunut vain yksityiselle alueelle, vaan privaattista tuli ympäröivän yhteiskunnan kiinnostuksen kohde. Koti, asuminen ja arki määrittyivät erityisesti naisten alueeksi, olihan suurin osa kotitöistä ja kasvatuksesta naisen vastuulla. Samalla naisten rooli moraalinvartijoina ja kunnollisuuden ylläpitäjinä korostui entisestään. (Saarikangas 2002, 41–49.) Pitämällä huolta kodista nainen kasvatti kunnollisia kansalaisia ja samalla rakensi parempaa yhteiskuntaa.

Funktionalismin aikainen puhdas mieli puhtaassa kodissa –ajattelu elää vahvana vieläkin. Samoin viimeisimmän tasa-arvobarometrin mukaan voimissaan on perinteinen jako, jossa kotityöt kuuluvat naisille ja kodin huoltotyöt miehille. Vaikka tasa-arvo pikkuhiljaa paranee ja perinteiset roolit alkavat hiljalleen menettää valtaansa, on barometrin perusteella selvää, että naisille lankeaa perheissä suurempi vastuu kodin pyörittämisestä kuin miehille. (Attila & Pietiläinen 2018, 96–105.)

Kotitöiden kuormittavuutta voisi selittää esimerkiksi se, ettei pyykinhuolto, ruuanlaitto ja kodin järjestyksestä huolehtiminen ole tehtävinä olennaisesti muuttuneet vuosisadan alkuun verrattuna. Vaikka monet uudet kodinkoneet ovat kätevoittäneet kotitöiden tekemistä, ei niihin kulutettu aika ole merkittävästi vähentynyt. Aikaisempaan verrattuna ongelmana on nyt yltäkylläisyys. (Aalto 2017, 67–72.) Se että omistamme niin paljon vaatteita, että kaapista löytyy aina uutta päälle pantavaa ja vastavasti likapyykkikori pursuaa yli äyräidensä. Tai se, että keittiön kaapeista voi kerta toisensa jälkeen ottaa esiin uuden kahvikupin kunnes tiskiä kertyy monen tunnin urakaksi. Oma lukunsa ovat tietotekniikka ja lasten lelut, joiden määrä huusholleissa on räjähdysmäisesti kasvanut viimeisten vuosikymmenien aikana. Kaikkien omistamiemme tavaroiden käyttämiseen, huoltamiseen, lajittelemiseen ja järjestelemiseen kuluu valtavat määrät aikaa ja energiaa – ja paradoksaalisesti juuri niitä kuvittelimme tavarat hankkiessamme säästävämme.

Kotityöt eivät ole pelkää tiskaamista ja pölyjen pyyhkimistä, vaan mukana on sy-



vempi ulottuvuus. Huolehtiessamme kodistamme otamme samalla harteillemme historian painolastin, ne arvot, asenteet ja näkemykset, joita kodin määritelmään on yhteiskunnassamme kasattu. Asumisesta, yksinkertaisesta ja elämän kannalta välttämättömästä toiminnosta, on tullut monimutkainen prosessi, jossa henkilökohtainen kohtaa ympäröivän kulttuurin jaetut arvot ja merkitykset (Johansson ja Saarikangas 2009, 11). Kun koen häpeää kodistani, olen vastakkain sen pelon kanssa etten täytä yhteiskunnan vaatimuksia.

Oman lisänsä tähän vyyhtiin tuo teknologian kehitys. Sosiaalisen median myötä kodista ja sen hoitamisesta on tullut myös julkinen projekti. Ennen kodin tavarakaaosta puitiin kenties kaverin kanssa, ja sotkut pysyivät pienen piirin tiedossa. Nyt kotihäpeää koetaan internetin sivuilla tuhansien ihmisten edessä. Esimerkiksi kodin järjestämiseen keskittyvässä Paikka kaikelle -Facebook-ryhmässä, jossa toteutin opinnäytetyöni tutkimusosuuden, on jo melkein kaksikymmentätuhatta jäsentä, eikä tämä ole suinkaan ainoa ryhmä lajissaan. Teknologian harppaukset ovat avanneet sotkumme ja sisustusratkaisumme moninkertaiselle yleisölle aiempaan verrattuna. Muutosta alleviivaa, että internetin ansiosta yleisö on myös koko ajan läsnä.

## KOTI KUNNOLLISUUDEN KUVANA

Ihminen hahmottaa maailmaa pilkkomalla havainnot paloiksi ja lokeroimalla asiat omiin luokkiinsa. Sosiaalianthropologi Mary Douglas puhuu tiedonkäsittelyn rakenteista, perustavanlaatuisista lainalaisuuksista, joita ajattelumme noudattaa. Ajattelukykymme ja samalla tapamme hahmottaa maailmaa, on sidoksissa niihin rakenteisiin, joilla havaintojamme, tuntemuksiamme ja ajatuksiamme järjestämme. Nämä tiedonhankinnan strategiat ovat välttämättömiä selviytymisellemme maailmassa ja niiden avulla olemme voineet rakentaa toimivia yhteiskuntia. Douglasille ajattelu on sosiaalista, sillä kulttuuri, jossa elämme, on sidoksissa sisäistämiimme ajatusrakenteisiin. (Douglas 2000, 90).

Omaksumme nämä strategiat osaksi omaa minuuttamme. Douglasin mukaan on

mahdotonta irrottautua kokonaan omista ajatusrakennelmista ja tarkastella maailmaa ikään kuin ulkopuolelta käsin. Douglas itse on pyrkinyt nostamaan näitä kognitiivisia rakenteita tietoisuuteemme tutkimalla puhtauden ja vaaran käsitteitä. Hänen tutkimuksensa ovat omalta osaltaan vaikuttaneet näkemykseemme primitiivisistä ja moderneista sivilisaatioista todistamalla, että primitiivisten kulttuureiden käsitykset rituaalisesta puhtaudesta perustuvat samanlaisille kognitiivisille konstruktioille kuin meidän edistyksellisinä pitämämme yhteisöjenkin moraalikoodistot (Douglas 2000, 51).

Douglasin ajattelu avaa näkymiä kotihäpeään pureutumalla lian ja puhtauden käsitteisiin. Lika on hänelle yksinkertaisesti ainetta väärässä paikassa, epäjärjestystä. Se mikä nähdään likaisena, saastaisena ja luotaantyöntävänä riippuu kulttuurin tavasta kategorisoida asioita, eli tehdä eroa pyhän ja epäpuhtaan välillä. Kategorioinnilla varjellaan yhteisön arvoja ja yhtenäisyyttä, lakia ja järjestystä. Näiden kategorioiden väliin ja ulkopuolelle jää poikkeava, sellainen, joka uhkaa yhteisön moraalialueita ja normeja – siis lika. (Douglas 2000, 47.)

Epäjärjestys on sekasortoa, kaaosta ja hallinnan menetystä – siksi siihen liittyy Douglasin pohdintoissa vahvana vaaran käsite. Douglas toteaa meidän marginalisoivan sellaiset asiat ja ihmiset, jotka eivät sopeudu yhteiskuntamme normistoon. Esimerkiksi vapautuvat vangit ja mielenterveyskuntoutujat herättävät meissä epäilyksiä ja ennakkoluuloja: he edustavat uhkaa yhteisön yhtenäisyydelle. Samalla tavoin kodin epäjärjestys vertautuu uhkaan menettää kontrolli ja suistua pois sosiaalisen hyväksynnän piiristä. Tästä näkökulmasta käsin kotihäpeä on pelkoa joutua marginaaliin ulos yhteisön turvapiiristä. (Douglas 2000, 156–158, 160–165.) Kotihäpeä ilmiönä saa yleisinhimillisen merkityksen, se kietoutuu jokaisen ihmisen perustavanlaatuisen tarpeeseen tulla hyväksytyksi ja osalliseksi sosiaalisesta kulttuurista.

Sosiaaliantropologisesta tarkastelukulmasta kodin järjestäminen näyttäytyy pyrkimyksenä sopeutua kulttuurin sosiaalisiin sääntöihin. Järjestäminen ja puhdistaminen ovat yritykset sovittaa ympäristömme ideaalimme mukaiseksi – ei siis neuroottista niuhotusta tai turhaa nipotusta, vaan positiivinen teko, jolla tavoitellaan kokemuksen eheyttä.

Saastumisen vaara taas saa meidät käyttäytymään sosiaalisten hierarkia- ja symmetriasuhteiden mukaisesti. Sosiologi Erving Goffman (Douglas 2000, 164.) sanoo kaiken tekemämme olevan tarkoituksellista: käyttäytymisellämme on symbolinen ulottuvuus ja ympärillämme ovat ymmärtävät esittämämme roolit. Vaikka emme tiedostaisikaan sitä, on toimintamme esitystä arjen teatterilavalla ja muut ihmiset yleisömmme. Valitsemme toimintastrategiamme valmiista suhteiden koodistosta, eli sovellamme käytäntöön käsitystämme hyväksytyistä olemisen tavoista. Kodin puitteet ovat tämän esityksen lavasteet. Kalustus, materiaalit ja järjestys esittelevät persoonallisuutemme muille, niiden kokonaisuuden koostaminen on siis luonteemme merkitysisällön valitsemista.

Kodin kontekstissa tämä jatkuva sosiaalinen näytelmä aiheuttaa ristiriidan, sillä koti on ikioma tila, jossa pitäisi olla oma itsensä kaikkine heikkouksineen ja vajavuuksineen. Esityslavalla emme kuitenkaan voi lopettaa roolimme esittämistä, koska yleisö, eli vieraat ja muut kodin asukkaat, tekevät jatkuvasti tulkintoja käyttäytymisestämme. Esityksen on jatkuttava, jotta illuusio roolin ja todellisen itsen yhteydestä säilyy.

Koti voi siis samalla olla lava, jolla näyttelemme muiden silmille tarkoitettua sosiaalista roolia, ja takahuone, jossa riisumme naamiomme ja paljastamme todellisen olemuksemme (Douglas 2000, 164). Kodissa tiivistyy ihmisenä olemisen ristiriitaisuus, kamppailu eri suuntiin vetävien voimien välillä. Yhtäältä on yhteiskunnan luomat rooliodotukset, jotka täyttääksemme kuuraamme ja puunaamme kodeistamme tahrattomia, ja valitsemme kodin puitteet ilmentämään statustamme. Toisaalta on tarve saada hellittää kaikista paineista, olla humaani ja heikko. Kotihäpeä syntyy näiden vastakaisuuksien välissä.

# Koti statuksen merkinä

## ONKO KODIN SISUSTAMINEN MAKUASIA

Kodin laittaminen ”oman näköiseksi” on nykyajan siirtymisriitti. Siinä asunnosta puhdistetaan edellisten asukkaiden kuona, ja siitä remontoidaan omien ideaalien alttari. Lattiat vaihtamalla ja seinäpinnat ehostamalla asuntoon imeytetään osa omasta persoonasta. Viimeistään keittiöremontin jälkeen koti on konkreettinen ilmentymä omistajansa sielunelämästä. Vai onko sittenkään? Tutkimusten mukaan maku on si-doksissa sosiaaliseen asemaan ja statukseen. Ne persoonalliset huonekalu- tai materiaalivalinnat, joita kotiamme laittaessa teemme, eivät ehkä olekaan aivan niin uniikkeja kuin kuvittelemme.

Sosiologi Pierre Bourdieun (1986, 466, 470–471) mukaan maku on vallankäytön väline ja yhteiskuntaluokkien erojen luoja. Maun avulla asetamme ihmiset ja esi-neet arvojärjestykseen ja päättelemme, mihin yhteiskuntaluokkaan kukakin kuuluu. Hyvä maku on eliitin yksinoikeus, ja sen saavuttaminen edellyttää kulttuurista pää-omaa – muun muassa sitä, että tunnistaa designhuonekalun bulkkitarvasta ja tietää, mikä ruokatrendi on milloinkin pinnalla. Samalla kun sisustamme kodeistamme hy-vän maun mukaisia, esitämme myös itsemme arvostusta ja hyväksyntää ansaitsevina. (Purhonen, ym. 2014, 223–224, 288–292.)

Makuteoria muuntaa kodin näyttämöksi, jossa lavastuksena on kodin puitteet ja

esineistö. Tavarahan haalimisesta tulee itsen rakentamisen projekti, jossa tärkeää on tunnistaa esineisiin liittyvät merkitykset. Tätä tietoa myös mainostajat käyttävät armottomasti hyväkseen. Kulttuurintutkija Ilana Aalto nostaa kirjassaan esimerkiksi designhuonekaluliikkeen kampanjan ”nolohuone vai olohuone”, jossa kuvan omasta nolohuoneestaan postannut saattoi voittaa designolkkarin. Kampanjakuvassa keski-ikäinen mies poseeraa ”pöllämystyneen näköisenä” antiikkijälitelmiensä, pahkakoristeidensa ja kahdeksan kaukosäätimensä keskellä. Mies on tyyppiesimerkki huonosta mausta, ja kuvan tarkoituksena on saada katsoja ivailemaan tälle häpeälliselle hyvän maun puutteelle (Aalto 2017, 24–27). Huono maku on noloa ja hyvää makua voi osoittaa ostamalla oikeat, designhuonekaluliikkeen tarjoamat, tavarat.

Oman tyylin mukaisuus on kodin sisustuksessa monelle ensiarvoisen tärkeä erottautumisen keino ja sisustusvalintojen kriteeri. Ihmiset kuitenkin usein kokevat tekevänsä persoonallisia valintoja, vaikka tosiasiaa saman taloudellisen viiteryhmän sisällä erot muihin ovat mitättömän pieniä. (Purhonen ym. 2014, 224–225). Erityisesti sisustaminen on keskiluokkainen keino tehdä distinktiota muihin nähden, sillä keskiluokkaisessa ajattelutavassa korostuu idea kodin jokaisesta esineestä esteettisen, ja nykyään myös eettisen valinnan kohteena (Bourdieu 1986, 379).

Kodin sisustuksen hyvän maun mukaisuuteen vaikuttavat kulttuuripääoma, sekä taloudellinen pääoma. Tulotasolla on merkittävä vaikutus kodin kokoon, sijaintiin, sisustukseen ja varusteluun – juuri siihen, ilmentääkö koti legitiimiä, yläluokkaista makua, vai ei. Suomalainen maku -teoksessa kirjoittajat toteavat kaikkien eri sosiaalisten ryhmien perustelevan asumis- ja sisustusratkaisujaan omiin resursseihinsa nähden. Varakkaat kertoivat sisustusfilosofioistaan, keskiluokkaiset puhuivat kodin viihtyisyydestä ja omannäköisyydestä, vähemmän koulutetut halusivat, ettei koti ole liian pröystäilevä, vaan käytännöllinen. Yhteistä ryhmille oli, että lähes riippumatta pääomien määrästä ja sosiaalisesta asemasta kodin persoonallisen kodikkuuden tavoittelemisen koettiin tärkeäksi. Tutkijoiden mukaan oman maun ja kotoisuuden korostamisen voi tulkita maun ”mytologisoinniksi”, jolloin hämärretään se tosiseikka, että oman kodin luonne määrittyy niin vahvasti sosiaalisen kontekstin ja taloudellisen aseman mukaan. (Purhonen ym. 2014, 346.)

Makua pidetään persoonallisena, vaikka persoonallisuudella ei oikeastaan ole niinkään tekemistä itseilmaisun kanssa, vaan tosiasiaa se onkin lähinnä rahatilanteen ja sosiaalisten ympyröiden sanelemaa. Jos tarkastellaan suomalaisia sisustusblogeja, tyylien samankaltaisuus on silmiinpistävää. Ikean mustavalkoraidallisesta matosta tuli blogimatto, kun se viime vuosina esiintyi tiuhaan eri blogistien olohuoneissa. Aaltojakkarat, Sarpanevapadat ja String-hyllyköt toistuvat myös ajan tyyliä henkivissä, modernia sisustustyyliä käsittelevissä blogeissa ja Instagram-julkaisuissa (Friman 2019).

## STATUS - HYVÄKSYNNÄN KAIPUUTA

Kirjassaan Status Anxiety Alain de Botton puhuu siitä, kuinka ihmisellä on elämässään kaksi suurta rakkaustarinaa: elämänkumppanin ja koko maailman kanssa. Romanttisen rakkauden konsepti on jo päivänselvä, mutta rakkaussuhde maailman kanssa kaipaa selittämistä. De Botton kytkee kiehtovasti yhteen tarpeen haalia kunnia ja tunnustusta muiden silmissä tarpeeseemme tulla hyväksytyiksi ja kohdatuiksi. Statuksen tavoittelu on pohjimmiltaan rakkauden kaipuuta, yritys turvata huomion ja hellyyden osoitukset toiselta rakkaaltamme, eli koko ympäröivältä maailmalta. (De Botton 2004, 5–8.) Vaikutusvallan ja vaurauden tavoittelijat rakentavatkin vain ympärilleen suojamuuria rakkaudettomuutta vastaan.

Hyvä status tuo turvaa – huono ahdistusta, ja usein oma status tuntuu muita huonommalta. Silloin on kyse statusahdistuksesta, joka kumpuaa vertailusta. Emme kuitenkaan vertaa itseämme aina maailman mittakaavassa kaikkein suurimpiin menestyjiin – silloinhan kateuden kohde olisi saavuttamattomissamme – vaan vertailu tapahtuu yksilön omassa viitekehyksessä. Teemme alitajuisia vertailua ystäviemme, työkaveriemme ja ikätoveriemme kanssa ja jos jollain, suhteellisen samoista lähtökohdista ponnistaneella, onkin nyt isompi palkka, vaikuttavampi sosiaalinen asema, tai muodinmukaisempi elämäntyyli, statustutkamme hälyttää. Kateus saa itseluottamuksemme murtumaan ja merkityksettömyyden, epäonnistumisen ja kelvottomuuden

tunteet valtaavat mielen. Tauottoman vertailun takia olemme Bourdieun mukaan kuin vuotavia ilmapalloja, jotka tarvitsevat loputtomasti ulkopuolisen rakkauden heliumia pysyäkseen ilmassa. (De Botton 2004, 9.)

Kotona statusahdistus konkretisoituu sisustuksen jatkuvaan päivittämiseen ja muo-  
dinmukaistamiseen. Trendien mukana pysyminen vaatii alituista sisustuslehtien ja  
muiden medioiden seuraamista, pettämätöntä makua, sekä paksua lompakkoa. Koti-  
häpeä voi myös olla statusahdistuksen oire, huolta siitä, ettei oma koti ilmennä sel-  
laista imagoa, jollaisen toivoisi itsellään muiden silmissä olevan.

Statusahdistusta pahentaa länsimaisen kulutuskulttuurimme loputon kilpailu, kas-  
vun tavoittelu ja tarve uudistua. Kodin sisustuksesta on 1900-luvun aikana tullut koko  
kansan keino esittää omaa asemaa yhteiskunnan arvoasteikossa. 60- ja 70-luvuilla  
räjähtänyt huonekalujen massatuotanto on viimeistään tuonut sisustamisen jokaisen  
kansalaisen ulottuville. Ruotsalainen huonekalujätti, sekä muut kalusteiden halpa-  
tuottajat ovat tehneet kodin sisustuksesta kertakäyttöistä kiertotavaraa, eikä kalus-  
teiden ole edes tarkoitus kestää kuten ennen. Minna Sarantola-Weiss nostaa esiin  
kalusteiden ”tyhmentämisprosessin, jossa aiemmin haluttu ja arvostettu esine opi-  
taan näkemään vanhanaikaisena ja jopa huvittavana” (Sarantola-Weiss 2003, 383). Jos  
aiemmin kodin sohvakalusto hankittiin kymmeniksi vuosiksi, nyt muodin kiivas tah-  
ti aiheuttaa paineen päivittää kokonaisuus trendin mukaiseksi jo ennen huonekalujen  
käyttöään päättymistä.

Kuluttamisen hegemoniassa itsensä toteuttaminen ja yksilöllinen vapautuminen  
perinteistä tapahtuvat ensisijaisesti kulutuksen kautta. Ostamalla luomme käsitystä  
itsestämme ja kulutusvalinnoillamme ilmennämme omia aatteitamme muille. Kodin-  
sisustamisesta hankintoineen on tullut itsestään selvä osa elämää, luonnollinen osa  
arkea. Jos perinteisessä funktionalismia henkivässä porvarillisessa kotikulttuurissa  
sisustus oli ennen kaikkea sitoutumista kunnollisuuden, rationaalisuuden ja hygie-  
nian rakentamisen projektiin, 70-luvulle tultaessa massatuotannon käynnistyminen  
merkitsi, että markkinavoimat haastoivat tämän elitistisen näkemyksen. Kaupalliset  
toimijat veivät sivistyneistön tilan julkisessa keskustelussa, ja kuluttamisesta tuli ih-  
misenä olemisen tapa. Nyt sisustuslehtien, blogien ja ohjelmien ”representaatiot ver-

tautuvat jatkuvasti oman itsen representaatioihin” (Sarantola–Weiss 2003, 388). Näin myös statusahdistuksesta ja kotihäpeästä on tullut ilmeinen osa jokapäiväistä arkea.



# Kotiposiitiivisuus

Kotihäpeä näkyy arjessa. Konkreettisesti se ilmenee esimerkiksi siinä, kuinka suomalaisten kyläilykulttuuri on häviämässä kovaa vauhtia. Kulttuurintutkija Ilana Aalto toteaa Helsingin Sanomien haastattelussa, että suunta on ollut laskeva jo neljäkymmentä vuotta (Viljanen 2018). Enää ei voi noin vain kutsua naapuria kahville tai pii-  
pahtaa kaverin luona, koska omaa sotkua ja kaaosta ei voi paljastaa muille. Kun kodin siisteys ja sisustus on kunnollisuuden mittapuu, vieraiden emännöimisestä tulee show, johon on valmistauduttava huolella. Ei ihme, että kyläily on katoavaa kansanperinnettä. Häpeä estää meitä elämästä sellaista elämää, mitä toivoisimme elävämme.

Aalto ehdottaa kotihäpeän vastapainoksi kotiposiitiivisuuden vallankumousta. Kotiposiitiivisuus käsitteenä on sukua kehoposiitiivisuudelle, sille että saa olla mitä on, ilman että ulkonäkö tai koti määrittävät luonnetta. (Aalto, 2018b.) Sotku ja vanhahtavat huonekalut voivat kertoa laiskuudesta, sivistymättömyydestä ja huonosta mausta – tai yhtä hyvin ei. Armollisuus ja hyväksyminen, lempeä suhtautuminen itsen ja kotiin ovat varmasti paikallaan. Omia sotkuja on hyvä ymmärtää, nähdä niissä omat heikkoudet, mutta myös antaa itselleen armoa hektisen, muuttuvan arjen keskellä.

Häpeän psykologiasta tiedämme, että tunteena se voi olla tuhoava, altistaa masennukselle, ahdistukselle ja saattaa uhata identiteetin eheyttä. Häpeästä irti päästäminen voisi siis parantaa elämänlaatua ja edistää hyvinvointia. Tarvitaan keinoja, joiden

avulla turhista vaatimuksista voisi päästää irti, ja sen sijaan määritellä itse omat standardit, jotka sopivat juuri omaan elämäntilanteeseen ja tyyliin. Vaatii sisua ja vahvaa tahtoa pyristellä irti kasvatuksen ja kulttuurin meihin istuttamista normeista ja ajatuskaavioista, mutta ensi askel voisi olla tiedostaa omat totunnaisuudet ja ahdistusta aiheuttavat ajatusmallit.

Pelkkä yksilön näkökulman tarkastelu ei kata koko kotihäpeän laajuutta, vaan samaan aikaan tarvittaisiin kulttuurin muutosta. Vaaditaan keskustelua, joka johtaa laajempaan ymmärrykseen kotiin kietoutuvista kunnollisuuden vaatimuksista ja statussymboliikasta. Käytännössä kotiposiitivisuus on muutosta puhetavassa ja ajatusmalleissa: sitä, että hyväksymme erilaiset kodit ja siten erilaiset asumisen ja elämisen tavat. Kotiposiitivisuus on myös kriittistä suhtautumista esimerkiksi mediassa leviävään sisustuskuvastoon, sitä että opimme tunnistamaan pinnan alla piilevät arvottavat viestit.

Tutkimusosuudessa selvitän, millaisia ovat ihmisten todelliset kokemukset kotihäpeästä, kuinka se ilmenee käytännössä, ja millaisia merkityksiä se saa arjessa. Pohdinta-osiossa peilaan tutkimuksen tuloksia kotiposiitivisuuden käsitteeseen ja pyrin siten kehittämään ajatuksia siitä, kuinka suunnittelija voisi vaikuttaa kotihäpeää vähentävästi.





OSA 2.

# Tutkimus

# Tutkimuksen toteutus

Opinnäytteeni tutkimusosuus muutti luonnettaan matkan varrella. Alun perin ajatuksena oli tehdä pienimuotoinen, laadullinen kyselytutkimus konkretisoimaan ihmisten todellisia kokemuksia kotihäpeästä, mutta jo yhden päivän aikana kyselyyn oli vastannut 318 henkilöä. Pieneksi taustakyselyksi aiottu tutkimukseni muuttui hetkessä kattavammaksi katsaukseksi ilmiöön. Tässä työssä käsittelen aineistostani vain rajattua osaa, jotta tutkimus mahtuu kandidaatintyön raameihin. Koska kotihäpeä selvästi herättää ihmisissä tunteita ja kiinnostusta, sekä vaatii jatkotutkimusta, palaan aineiston äärelle graduvaiheessa.

Menetelmäksi valikoitui kysely, sillä se on yksinkertainen, selkeä keino saada tietoa siitä, mitä vastaaja ajattelee ja miksi hän toimii tietyllä tavalla. Monesti kysely käsitetään määrällisen aineiston keräysmenetelmäksi, mutta tässä työssä lähtökoh- ta on nimenomaan laadullinen: kyselyn tarkoituksena on paljastaa esimerkkejä niistä tunteista, ajatuksista ja tulkinnoista, joita kotihäpeä vastaajissa herättää. Keskeiset kysymykset kyselyssäni ovat avoimia, mikä antaa tilaa vastaajan omalle kokemukselle ja äänelle. Kyselyn huonoja puolia on sen joustamattomuus, tutkijan on mahdotonta tietää, tulkitseeko tiedonantaja kysymyksen tarkoitettulla tavalla, eikä ole mahdollista selventää vastausten ilmaisumuotoja tai oikaista väärinymmärryksiä. (Tuomi ja Sara- järvi 2006, 74-75.) Omassa tutkimuksessani olennaista oli saada helposti käsiteltävää

tietoa ihmisten omista kokemuksista, tunteista ja tulkinnoista, siksi laadullinen, nettissä toteutettava kysely oli tässä kohdin perusteltu.

Kyselyni julkaistiin Paikka kaikelle -nimisessä Facebookin kodin järjestämistä käsittelevässä ryhmässä, jossa on yli 19 000 jäsentä. Ryhmä valikoitui kyselyn jakamisen paikaksi monesta syystä: keskustelunaiheet ryhmässä sivuavat monin osin kandidaatintyöni teemoja ja ryhmän ylläpitäjä Ilana Aalto on nostanut kotihäpeän käsitteen julkiseen keskusteluun blogikirjoituksissaan ja kannanotoissaan esimerkiksi Helsingin Sanomissa (ks. Viljanen, 2018; Aalto 2018.). Kysely sai ryhmässä innostuneen vastauksen, aihe on selvästi merkityksellinen ja koskettava. Toisaalta tulokset ovat myös varmasti värittyneet ryhmän aihealueen takia, koska jäsenet oletusarvoisesti ovat kiinnostuneita kodin kuntoon ja järjestämiseen liittyvistä teemoista. Huomionarvoista on, ettei yksikään kyselyyn vastannut jättänyt kyselyn tekemistä kesken, vaan sen loppuunsaattamisprosentti on pyöreät sata. Ehkä innostus ja kiinnostus näkyvät tässäkin, toisaalta summaan vaikuttaa myös vastaamisen vapaaehtoisuus, sillä kyselyyn oli mahdollista vastata, mutta sitä ei jokaiselta ryhmäläiseltä vaadittu.

Vastauksissa korostuu naisnäkökulma. Tämä oli jo tutkimusta tehdessä selvää, sillä Paikka kaikelle -ryhmän jäsenistä lähes kaikki ovat naisia. Oletukseni työn tausta-aineiston perusteella oli, että kotihäpeää kokevat nimenomaan naiset, muun muassa sen vuoksi, että historiallisesti koti on määrittynyt naisen alueeksi, eikä tasa-arvo tai feminismin nousu valtavirtaan ole kokonaan poistanut tätä käsitystä vielä. Toisaalta lisätutkimus aiheesta voisi paljastaa oletukseni vääräksi, onhan historialliset sukupuoliroolit myös monessa kohtaa murtuneet.

Toteutin tutkimuksen SurveyMonkey-alustalla, jonka ansiosta kysely oli helppo ja kaa Facebookissa, alustan käyttöliittymä oli yksinkertainen ja kysymyksenasettelut tekijän näkökulmasta yksinkertaiset tehdä. Kysely koostui yhdeksästä kohdasta, joista ensimmäinen rajasi vastaajia sen perusteella, oliko vastaaja kokenut kotihäpeää vai ei. Sen jälkeen seurasi kolme avokysymystä kotihäpeästä ja loput kohdista oli strukturoituja kysymyksiä taustatietojen keräämiseksi.

Tuloksia tulkitsin aineistolähtöisesti: katsoin, millaisia teemoja aineiston avovastauksista nousee esiin, tyypittelin vastaukset samankaltaisuuksien mukaan ja näi-

den perusteella pyrin eläytymään siihen, mitä aineisto todella kertoo. Ennen aineiston määrän rajaamista luin kaikki kysymysvastaukset läpi. Näin muodostuneen kokonaiskuvan perusteella kävi selväksi, että aineistossa toistuu vahvasti samat teemat: vastaukset alkoivat toistaa itseään. Päätin siis keskittyä tutkimaan aineiston ensimmäisiä kolmeakymmentä vastaajaa, sillä tämä määrä on vielä hallittavissa, ja mahdollistaa syvemmälle ulottuvan tarkastelun, sekä VW käsittää kaikki aineistosta nousseet pääteemat.

Kyselyä laatiessa rajasin tietoisesti pois kysymyksen siitä, millaisessa kodissa vastaaja asuu. Syitä valinnalle on monia, mutta painavin niistä on, että tämän tutkimuksen fokuksessa on kokemus kotihäpeästä, sekä tämän kokemuksen relevanssi – ei miljöö missä kokemus syntyy. Toinen syy valintaan oli, etten olisi mitenkään saanut kyselyllä kerättyä vertailukelpoista tietoa ihmisten kodeista. Se miten ihminen kuvailee kotiaan, on täysin sidoksissa hänen omaan kulttuuriseen kontekstiinsa. Olisi tietysti kiehtovaa lukea, millaisia kuvauksia ihmiset kodeistaan tekevät, mutta tämän työn kannalta asia ei ole olennainen. Jollakin tavalla objektiivista tietoa kerätäkseni olisin tarvinnut valokuvaajan, sekä kattavan kysymyspatteriston, jonka laatiminen ei mahdu kandidaatin opinnäytteen puitteisiin. Oletukseni myös on, ettei kodin kunto tai vaikkapa modernius erityisemmin vaikuta itse kotihäpeän kokemukseen, sillä ilmiö on niin monitahoinen. Jos uusi koti tai designhuonekalut ratkaisisivat koko ongelman, kotihäpeä olisi varmasti jo hiipunut ihmisten kokemuspiiristä. Tätä oletustani vahvisti myös tutkimuksessa kerätyt taustatiedot, jotka viittaavat siihen, ettei kotihäpeän kokeminen ole sidoksissa tuloluokkaan tai edes tiettyyn ikäryhmään.

Kokemus kodista on subjektiivinen, ja tämä subjektiivisuus nousee esille myös kotihäpeää koskevissa kysymyksissä – sitä varten ei välttämättä tarvitse erikseen kysyä kodin tyyppiä. Monet vastauksista sivuavat oman kodin kuntoa ja antavat viitteitä siitä, millainen tunneside kotiin on muodostunut. Vastaajat kyllä haaveilevat uudesta sisustuksesta, hienoista huonekaluista ja erityisesti toimivista säilytystiloista. Oma koti tuntuu nuhjuiselta, likaiselta ja kauhtuneelta. Eräs toteaa, että ”harmittaa, ettei meillä ole varaa kauniimpaan asuntoon tai huonekaluihin”. Kuitenkin kodin hienoja puitteita olennaisemmaksi tässä kyselyssä nousee kodin käytännöllinen ja yhteisöllinen aspek-



ti: tavaroita pitäisi olla vähemmän ja niille pitäisi olla selkeämmät paikat. Myös suhde tavaroihin kaipaisi mullistusta, jottei niiden organisoiminen ja huoltaminen olisi ylivoimaista. Samalla toivotaan muiden tukea ja taakanjakoa, sitä että koti olisi yhteinen projekti.

# Tulokset

Kyselyyn vastanneista kolmestakymmenestä henkilöstä vain yksi vastasi, ettei koe tai ollut kokenut kotihäpeää. Osallistujat ovat huomattavan yksimielisiä, mitä osallistaan selittää tutkimuksen toteuttaminen ”Paikka kaikelle” -ryhmässä, jossa ilmiöstä on ollut keskustelua jo aiemmin. Kyselyyn osallistuminen oli vapaaehtoista, joten vastaajissa saattaa painottua ne, jotka ovat joutuneet ilmiön kanssa kohdakkain. Jatkossa käsittelen vain 30:n ensimmäisen vastaajan aineistoa, mutta tässä kohtaa tähdennän, että myös koko 318:n vastauksen aineistossa kotihäpeää kokevia tai kokeneita on selvästi suurin osa, 303 vastaajaa. Tulosten perusteella on selvää, että kotihäpeä on ilmiö, jolla on merkitystä ihmisten elämässä, sillä aineiston värittyneisyydestä huolimatta vastausten yhteneväisyys on huomattavaa. Kotihäpeä koskettaa monia, ja siksi sitä on syytä tutkia enemmän.

## KOTIHÄPEÄN KOKEMUS

Kysyttäessä millaisissa tilanteissa kotihäpeä ilmenee, vastauksista nousee vahvasti esiin vieraiden tulon stressaavuus: 28 vastaajaa 30:stä liitti vieraat kotihäpeän kokemukseen. Suomalaisten kyläilykulttuurin hiipuminen ei tämän aineiston perusteella ole ihme, vaan ennemminkin odotettavissa oleva kehityskaari. Erityisen usein koti-

häpeää koetaan, jos yllätysvieras sattuu pistäytymään. Kymmenen vastaajaa nostaa yllätysvieraiden tulon esille vastauksissaan. ”Yllätysvieras on kauhistus, koska vieraita varten haluan aina siivota, tai ainakin järjestellä tavarat paikoilleen” kertoo eräs vastaaja. Vakavasta ongelmasta on kyse, kun eräs toinen vastaaja ei kotihäpeään takia päästä kotiinsa ylipäättään ketään ulkopuolista.

Kodin näyttämön esitykset halutaan avata vain harvoille ja valituille, heillekin vain suunnitellusti. Vieraiden tuloon valmistautuminen koetaan kuormittavana, silloin ”pinna kiristyy” ja sorrutaan ”paniikkisiivoukseen”. Monen kokemus on, että ennen vieraiden tuloa koti on siivottava lattiasta kattoon, ja niinpä vieraita ei kutsuta. Kun kysyttiin, kuinka kotihäpeä on vaikuttanut vastaajan toimintaan, yhteensä 11 vastauksessa kerrotaan haluttomuudesta päästää kyläilijöitä sisälle tai kutsua vieraita kotiin. Lisäksi monet kertovat vierailijoiden emännöinnin kuormittavuudesta. Yksi vastaaja kuvaa, että ”en ole nauttinut vierailusta vapautuneesti”. Kuusi vastaajaa mainitsee erikseen, ettei halua kutsua vieraita kyläilyjen aiheuttaman kotihäpeän vuoksi, tämän lisäksi neljä heistä kertoo, ettei päästä yllätysvieraita kotiinsa ollenkaan.

## MIKSI KOTI HÄVETTÄÄ

Statusahdistus paistaa monen vastauksen taustalla, sillä kodin kuntoon sekä muodinmukaisuuteen liittyvät teemat aiheuttavat vastaajissa kotihäpeän tunteita. ”Meillä on vanhempi omakotitalo, joka ei ole valoisa ja moderni” luonnehtii kotiaan eräs vastaaja. Sen kunto on selvästi herkkä asia, sillä hän jatkaa kokevansa kotihäpeää tilanteissa, jossa ”meille kotiin tulee joku, varsinkin sisustuksesta innostunut tai uuden talon rakentanut ihminen”. Anopit, sukulaiset ja sisustusintoiset tuttavat aiheuttavat vierailuillaan ja arvosteluillaan paineita vastaajille. Vertailu auktoriteettiaseman saavuttaneeseen henkilöön, näyttää oman kodin nuhjuisena, päivittämistä vaativana. Toinen vastaajista taas kertoo, ettei kutsu luokseen vieraita, jos kodissa ei ole ”riittävän kodikasta”. Riittämätön kodikkuus ja kodin keskeneräisyys mainitaan kolmessa vastauksessa kysyttäessä kotihäpeää aiheuttavia tilanteita. Oman maun mukaisuus on myös huolenaihe, ja siihen viittaa vastaaja, joka huolestuu leimautuvansa mauttomak-

si: ”alan aina selittelemään, että pitäisi rempata ja sitä ja tätä. Etteivät luule, että olisin itse valinnut rumat keittiön kaapit”.

Sotkuisuus, likaisuus ja epäjärjestys toistuivat lähes kaikissa vastauksissa. Kun koti on kaaoksessa sinne ei haluta kutsua vieraita, mutta jos vieraita kuitenkin tulee, rituaaliin kuuluu sotkuisuuden pahoittelu ja kodin kaaoksen selittely. Kysyttäessä, kuinka kotihäpeä on vaikuttanut vastaajan toimintaan, kuusi kolmestakymmenestä kertoo selittelevänsä vieraille kodin tilannetta. He kertovat myös selittelyn ja kodin siisteystason aiheuttavan ahdistusta, häpeää ja stressiä. Yksi kuvaa yllätysvieraiden tulon jopa ärsyttävän ja kokee tilanteen kasvojen menetyksenä. ”Tuntuu ettei kotini koskaan ole riittävän ”hyvä” jotta meille voisi tulla vieraita”, summaa toinen vastaaja. Jonkinlaista kehitystäkin tapahtuu: eräs vastaajista kertoo, että ”joskus siivosin koojan kun vieraat olivat. Nykyisin raivaan vaan istumapaikan ja häpeän tilannetta.”

Kotihäpeä aiheuttaa mielialan laskua, jonka rajuus vaihtelee vastaajan mukaan. Kun Psykologi Helen Lewis liitti häpeän huonommuuden, arvottomuuden ja voimattomuuden tunteisiin, niin aineistossa kotihäpeä yhdistetään samoihin kokemuksiin. ”Kodin tila ahdistaa ja masentaa, jopa lamaannuttaa”, toteaa yksi. Toinen tunnustaa, ettei ”usein vastaa jos ovipuhelinta soitetaan, tai avaa ovea”, hänestä oman kodin tilanne tuntuu niin pahalta, ettei sitä voi paljastaa. Kotihäpeän kokemus ulottuu syvälle sisimpään: ”koen valtavaa epäonnistumista ja huonommuutta” sanoo eräs. Epäjärjestys koetaan merkinä epäonnistumisesta ja häpeä leimaa vastaajien persoonaa, kokemusta omasta kunnollisuudesta ja hyväksyttävyydestä.

Tuskalliset tunteet saavat useimmat vastaajista välttelemään vieraiden kutsumista. 11kertoo, ettei halua kutsua vieraita tai päästää kyläilijöitä sisään. Reaktiona välttely voi siis olla luonnollinen seuraus häpeäntunteesta, keino suojata itseä. Samalla lailla selittelemällä kotikaaoksen johtuvan ajan puutteesta tai vaikkapa sairaudesta pyritään omaa itseä varjelemaan kolhuilta. Näin kertoo yksi kyselyyn osallistuneista: ”olen yhä kolmekymppisenä huono kutsumaan ketään kylään, vaikei sotkuista kotona olisikaan. Olen arka arvostelulle”. Vain muutamat vastaukset kertovat, että hälläväliä-asennetta voi myös opetella. Eräs kertoo muuttuneesta suhtautumistavastaan: ”nykyään ajattelen että sotku ei niin haittaa. Vieraat saattavat jopa saada buustia

omalle itsetunnolle ja vähentää omaa kotihäpeäänsä, kun aina ei ole joka paikassa niin tip top”.

## MITEN KOTIHÄPEÄSTÄ VOISI PÄÄSTÄ

Kun vastaajat miettivät keinoja, millä kotihäpeän tunteesta voisi päästä, esiin nousi erilaisia teemoja tavarasuhteesta armollisuuteen itseä ja muita kohtaan. Eniten vastauksissa korostuu tavarasuhde: vastaajaa uskoo tavarantoiminnan vähentämisen ja järjestyksen auttavan. Monilla näkökulma on puhtaasti käytännöllinen ”tavarantoiminta täytyisi karsia huomattavasti että siivoaminen helpottuisi” toteaa yksi. Toisaalta vastauksissa välähtelee myös ajatus kodin siivon ja kunnollisuuden välillä: ”en haluaisi että ihmiset ajattelisivat että kotimme on sikolatti missä kukaan ei siivoa jälkiään ja laiska emäntä, joka lykkää kotitöitä loputtomiin”. Vain yksi vastaaja uskoo, ettei kodin järjestyksellä olisi merkitystä kotihäpeän kokemukseen: ”Olin onnellisempi jos kotini olisi aina järjestyksessä, mutta se ei vaikuta häpeän tunteeseen mitenkään”, hän sanoo.

Monet vastaajista kokevat, että kodin järjestys vaikuttaa mielialaan ja kotihäpeän kokemukseen, mutta haluaisivat oppia armollisuutta itseä kohtaan. Yksi tavoittelee ”hieman realistisempaa ajattelumallia. Koti kun on riittävän siisti”. Osallistujat tuntevat kotihäpeän olevan myös omasta ajattelusta kumpuava asia, esimerkiksi eräs kuvaa, että ”ihan korvien välissä (on) myös tämä asia (kotihäpeä)”. Toinen vastaaja toteaa, että tarvitaan ”asennemuutosta, jossa olenkin jo pitkällä; harvoin enää nykyään koen kotihäpeää. Ajattelen että jokaisen koti saa näyttää sellaiselta kuin asukas haluaa.” Armollisuutta tarvittaisiin myös ympäröivältä yhteiskunnalta. Yksi vastaajista kiteyttää ajatuksen toivoessaan ”lisää jaksamista pitää koti tiptop-kunnossa. Sekä toki sitä, että ihmiset suhtautuisivat sallivammin ei-niin-tiptop-koteihin.”

Sosiaalinen ulottuvuus tulee ilmi monissa vastauksissa. Sen lisäksi, että ylipäänsä toivotaan ympäröivän kulttuurin hyväksyvämpää asennetta, haaveena olisi myös muiden talouden asukkaiden panostaminen kodin kuntoon. Jotta kotihäpeästä pääsisi ”koko perheen pitäisi sitoutua pitämään koti siistinä”, tiivistää yksi vastaaja. Viisi vastaajaa mainitsee erikseen perheen avun kysyttäessä kotihäpeästä eroon pääsemisen

keinoja. Toivomus muiden tuesta, siitä että koti olisi yhteinen projekti, eikä omille harteille kasautuva taakka, kuultaa läpi yhdeksästä kommentista.

Moni uskoo myös kodin kunnon ja varustelun parantamisen vaikuttavan kotihäpeän kokemukseen. Seitsemässä vastauksessa viitataan kodin varusteluun ja ollaan sitä mieltä, että parempi varustelutaso vähentäisi häpeän kokemusta. Remontista ja uudesta sisustuksesta haaveilee viisi vastaajaa. Yksi kertoo kodin laittamisen todella tehoavan: ”pikkuhiljaa tekemämme remontit ovat auttaneet. Esim. eteisen avokaappien sijaan meillä on nyt siistit uudet ovelliset kaapit, jotka tekevät tiloista heti siistimmät”. Näkökulma on käytännöllinen, remontti helpottaa tavaroiden paikalleen laittamista ja vähentää häiritseviä visuaalisia ärsykeitä. Uusista, toimivammista säilytystiloista unelmoi useampi vastaaja. Toisissa vastauksissa koti saa suuremman merkityksen itsetunnon jatkeena, tämä ilmenee esimerkiksi kommentissa, jossa vaaditaan, ehkä hieman huumorin säestämänä, täydellistä kotia ja täydellistä elämää, jotta kotihäpeä vähenisi. Omasta tyylistä puhutaan neljässä vastauksessa. ”Riittävä kodikkuus omilla standardeilla”, kertoo yksi keinoksi vähentää kotihäpeää. Toisen haaveilee hienommasta sisustuksesta ja sanoo, että ”joskus hävettää myös vanhat huonekalut ja tyhjät seinät”.

Voimavaroihin viitataan vain muutamassa vastauksessa. Kyselyn kysymysten toisenlainen asettaminen olisi varmaankin nostanut teemaa enemmän esille. Jaksaminen mainitaan aineistossa vain kahteen kertaan, tosin muiden tukea toivotaan paljon useammassa kommentissa ja siivoamisen sekä järjestyksen ylläpidon kuormittavuus on luettavissa suuresta osasta vastauksia. Ainoastaan yksi vastaaja huomauttaa, että rahaa tarvittaisiin siivousavun palkkaamiseen, muut osallistujat eivät kommentoi rahallista tilannettaan ollenkaan. Kuitenkin remontit ja uusi sisustus on haaveissa useammalla, eikä niiden tekemättömyyden syistä kerrota tarkemmin, ehkä tällöin taustalla on yhtenä vaikuttajana myös taloudellinen tilanne.

## TUTKIMUKSEN TAUSTATIEDOT

Kyselyyn osallistuneiden ikähaitari on laaja. Nuorimmat ovat alle 30-vuotiaita (4 henkilöä) ja vanhimmat 51-64 -vuotiaita (2 vastaajaa). Suurin osa osallistujista on 31-40 -vuotiaita, heitä on 14. Seuraavaksi eniten, kymmenen henkeä, on 41-50 vuotiaita. Ehdoton enemmistö vastaajista on työssäkäyviä, 24. Opiskelijoita on kaksi, samoin kotivanhempia. Lisäksi yksi vastaaja on työtön ja yksi eläkeläinen.

Osallistujat jakautuvat eri tuloluokkiin. Kyselyssä pyydettiin vastaajan omaa arviota kotitalouden kokonaistuloista. Seuraavassa kotitalouden kokoa ei ole huomioitu, vaan vertailukohtana on suomalaisten keskimääräinen tulotaso vuonna 2017 (SVT, 2017). Suurin osa vastaajien kotitalouksista sijoittuu suomalaisten keskituloisten joukkoon: 15 vastaajaa arvioi kotitaloutensa yhteenlasketut kokonaistulot 2000-4999 euron suuruisiksi. Osallistujien joukossa on myös pienituloisia, kolme vastaajaa, sekä yksi, jonka talouden tulot ovat selvästi alle köyhyysrajan. Kaksi suurituloisinta vastaajaa tienaa 7500-10000 euroa, 5000-7499 euroa saavia on seitsemän. Näiden tulosten perusteella ei voi vetää perustavanlaatuisia johtopäätöksiä varallisuuden vaikutuksesta kotihäpeän kokemukseen, sillä sellaisia varten vaadittaisiin yksityiskohtaisempaa tietoa kotitalouksien koostumisesta: siitä, kuinka monta aikuista ja lasta kussakin taloudessa on ja heidän ikähaarukastaan. Joka tapauksessa huomioitavaa tämän kyselyn perusteella on, että molemmat niistä vastaajista, jotka ilmoittavat, etteivät koe kotihäpeää, ovat pienituloisia. Varakkuus ei siis tämän tutkimuksen valossa näyttäisi suojaavan kotihäpeältä.





OSA 3.

# Pohdinta

# Kohti kotiposiitiivisuutta

Kandidaatintyöni aihe on alusta saakka herättänyt ulkopuolisissa vahvoja kannanottoja: osa on heti huokaissut kärsineensä kotihäpeää, helpottuneina että asialle on nimi. Toiset taas eivät ole kerta kaikkiaan kokeneet minkäänlaista häpeää kodistaan, mutta suurin osa on silti pystynyt helposti eläytymään tunteeseen. Kotihäpeän termiin on intuitiivisesti helppo samaistua.

Tutkimukseni perusteella kotihäpeä on arkea monelle, ja sen vuoksi aihetta on tärkeä käsitellä asuntosuunnittelun kysymyksiä pohdittaessa. Näyttää siltä, että kotihäpeä on rajoittava tekijä, joka estää meitä nauttimasta kodista ja sosiaalisista suhteista. Se saa meidät linnoittautumaan koteihimme, jättämään vieraat ulkopuolelle ja käpertymään yksin kodin keskeneräisyyden huomaan.

Huushollin pyörittäminen on ollut kuormittava homma halki historian, eikä tehtävä nykyäänkään ole helppo: kyselyyn osallistujat kertovat ahdistavasta, stressaavasta, koko ajan jatkuvasta siivous-, järjestely- ja organisointioperaatiosta. Projekti vaikuttaa loputtomalta, ja sitä se onkin, sillä jos koti on kunnollisuuden representaatio, siitä ei koskaan tule valmista. Aina on jotakin kehitettävää, päivitettävää, tai muodinmukaistettavaa.

Myös sisustuksen hienous ja tyylikkyys pulpahtelee pintaan kyselyn kommentteissa. Esteettisen miellyttävyyden lisäksi muodinmukainen sisutus kertoo mausta, ja maun

avulla esitämme itsemme arvostusta ansaitsevina. Oma maku ja kodikkuus toistuvat vastauksissa tavoiteltavina haavekuvina. Makuteoria kyseenalaistaa persoonallisen maun olemassaoloa, mutta käytännön tasolla ”kodikkuus omien standardien mukaan”, kuten eräs vastaajista ilmaisi, on tärkeää.

Koti rakentuu paitsi fyysisestä ja mentaaliseen tilasta, myös ihmisistä, joiden kanssa tämän tilan jaamme. Valintamme siitä, kenen kanssa päätämme kodissa asua vaikuttaa siihen, millaisen muodon koti saa. Läsä on paitsi yhteiskunnan vaikuttavat voimat, myös asujien persoona. Koti on ikään kuin kokoava konteksti, jossa asujien roolit ja persoonallisuudet heijastuvat tilassa. Tutkimusosuudessa ilmenee selvästi, että käytännössä perheenjäsenten persoonallisuuserot vaikuttavat kodin tunnelmaan merkittävästi. Kotihäpeä liittyy monesti tilanteisiin, joissa asukkaiden välillä on kitkaa kotitöiden jakamisessa ja tasapuolisissa osallistumisissa. Samalla kyselyn vastauksissa haaveillaan kodista, jossa tavarat olisivat järjestyksessä, jossa arki sujuisi rauhallisesti ja seesteisesti.

Kodin seinät ovat raja, jotka ideaalitalanteessa sulkevat sisälleen rakkauden, turvan ja kuuluvuuden. Yhtä lailla tärkeää on, että kodin piiri myös avautuu vieraille, tutuille ja tuntemattomille. Vieraiden kutsuminen osoittautui tutkimuksen perusteella kipukohdaksi: monet kotihäpeää kokevat välttelevät vieraiden kutsumista, eivätkä ainakaan innostu yllätyskyläilijöistä. Kotiposiitiivisuuden hengessä siedätyshoito voisi osoittautua tehokkaaksi: kyläilijöitä voisi kestitä kodin siisteystasosta tai statusarvosta piittaamatta, samalla omassa mielessä herääviä normittavia ajatuksia tiedostaen.

Jos unelmiemme koti on lämmön ja suojan ilmentymä, todellinen haaste on tuntea olonsa kotoisaksi muutoksessa, prosessissa – kodin etsinnässä. Ehkä tässä piilee yksi avain kotihäpeän kokemukseen: keskeneräisyyden sietäminen ja epätietoisuuden hyväksyminen vaativat joustavaa mieltä ja itseluottamusta. Samaan aikaan kuitenkin koemme tulevamme arvostelluksi juuri tämän keskeneräisyyden perusteella. Tämä näkyi tutkimuksessa ainakin siinä, että monet vastaajista kertoivat pahoittelevansa kodin sisustuksen tilaa ja sotkuja vierailijoille. Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta sopeutuminen ja omanarvontunnon säilyttäminen haastavissakin tilanteissa on tärkeää, mutta kyselyn perusteella kotihäpeä näyttäisi murentavan itsetuntoa ja sa-

malla vähentävän kykyä rakentavien ratkaisujen löytämiseen.

Sisustusarkkitehdin keinot puuttua kotihäpeän kokemukseen ovat rajalliset – monessa kohdassa vaikuttaa, että vaadittaisiin enemmän psykologin pätevyyttä. Onneksi joissakin muotoilu- ja suunnittelutoimistoissa on herätty tähän, ja palkkalistoilta löytyy jo psykologian taitajia. Toisaalta myös sisustusarkkitehdin on tärkeä ymmärtää, miten tila koetaan, millaiset ilmiöt ja kulttuurin virtaukset ovat läsnä. On mahdoton tehtävä suunnitella toimivia ja kodikkaita tiloja, jos kodin psykologista ja sosiaalista ulottuvuutta ei ota huomioon.

Suunnittelijan vaikutuskeinot voisivat liittyä toisaalta asuntosuunnittelun käytännön ratkaisuihin, kuten toimivien säilytystilojen, ja ajattoman, kestävä sisustuksen kokonaisuuden luomiseen, toisaalta sisustusarkkitehdin tehtävään kyseenalaistaa, millaisia käsityksiä kodista pidämme hyväksyttävänä. Kyselyn tulokset antavat viitettä siitä, että vallalla oleva käsitys kodista on edelleen aika kapea: historian painolasti kunnollisuuden ja siisteyden vaatimuksineen on monelle raskas kantaa. Asuntosuunnittelijoina sisustusarkkitehdeillä on valta vaikuttaa siihen, millaisissa kodeissa ihmiset asuvat ja siten myös voimaa muokata asuntojen synnyttämiä vuorovaikutus- ja valtasuhteita.

Samalla suunnittelijan tehtävänä on keksiä ratkaisuja tavarasuhteen kanssa kamppailemiseen: miettiä, miten autamme asukkaita muodostamaan tasapainoisen suhteen kodin irtaimistoon, ja kuinka kodista saa helposti hallittavan ja toimivan. Nyt suunnittelija kyllä kyselee asukkaan mielipidettä, ja työssä sovelletaan esimerkiksi käyttäjäkeskeisen suunnittelun periaatteita, mutta kenties taustalle tarvittaisiin enemmän näkemystä ja tietoa siitä, millaisten ongelmien kanssa ihmiset arjessaan kamppailevat.

Ainakin kaupunkisuunnittelun puolella on puhuttu kommunikatiivisesta suunnittelusta, ja ehkä jokin sellainen voisi olla paikallan myös sisustusarkkitehtuurin kentällä. Tarvittaisiin enemmän ennakkoluulotonta keskustelua koko yhteiskunnan tasolla, sekä dialogisempaa otetta käytännön suunnittelutyössä. Nyt varsinkin julkisissa projekteissa visuaalista ilmettä määrittävät markkinavoimat, yritysten intressit ja kuultajien mieltymykset – tämän huomatakseen riittää, että tarkastelee viime hetkinä

Suomessa valmistuneita suuria rakennusprojekteja, joista lähes jokainen on suunniteltu yritysten tarkoituksien pohjalta. Näyttää siltä, että rakennettu ympäristö heijastelee rakennusliikkeiden etuja ja ohimeneviä muoti-ilmiöitä jaettujen kulttuuristen arvojen sijaan. Mielestäni ihmisen todelliset tarpeet eroavat kuitenkin merkittävästi hänen roolistaan kuluttajana, eikä näitä tarpeita nyt riittävästi kuunnella.

Vaadittaisiin lisää poikkitieteellistä tutkimusta, jonka avulla saataisiin kokonaisvaltaisempi kuva kentästä ja paremmin mitattavia tuloksia, jotta löydettäisiin konkreettisia keinoja edistää esteettistä hyvinvointia ja vähentää kotihäpeää. Tämän kyselyn perusteella mitään suoraviivaisia johtopäätöksiä ei voi vetää. Nyt vastauksista nousee tarve dialogisuuteen, keskustelemaan ja tasavertaiseen kohtaamiseen suunnittelijan ja asukkaan välillä. Näen, että varsinkin kodin kohdalla on ongelmallista, jos suunnittelija poteroituu asianasiantuntijarooliinsa, eikä näe asukkaan realiteetteja, toiveita ja odotuksia. Dialogisuus taas saattaisi olla avain siihen, että asukas voisi kokea kodin omakseen ja samalla kykenisi erottamaan oman itsensä tyyli- ja tavaravalinnoista. Koti ei ole suunnittelijan sielunmaisema, eikä myöskään asukkaan persoonan jatke, vaan kodin suunnittelu ja siinä asuminen on jatkuvaa näkemysten yhteensovittamista ja neuvottelua – sopeutumista ja kompromisseja.

Ehkä tulevaisuuden sisustusarkkitehtuuri voisi kotiposiitivisuuden hengessä olla voimauttavaa, sellaista, joka rohkaisisi asukasta omiin persoonallisiin ratkaisuihin ja punnitsemaan, mikä asukkaasta itsestä olisi merkityksellistä. Silloin myös ratkaisut olisivat kestävämpiä, kun asukas voisi tunnistaa niistä itsensä ja sitoutua niihin. Kodista tulisi vastalääkettä pikamuodille ja alituiselle päivittämisen tarpeelle. Silloin myös kulttuurin jaetut arvot materialisoituisivat arjen tasolle, ja tämän pitäisi mielestäni olla koko suunnittelun ydintä.



OSA 4.

# Lähteet

# Lähteet

- Aalto, Ilana (2018a). Häpeätkö kotiasi? *Paikka kaikelle* – sivusto. <https://paikkakaikelle.fi/2018/03/18/hapeatko-kotiasi/> (19.11.2019)
- Aalto, Ilana (2018b). Kotiposiitivisuus – näin opit erottamaan oman arvosi kodin siisteydestä. *Paikka kaikelle* – sivusto. <https://paikkakaikelle.fi/2018/09/02/kotiposiitivisuus/> (2.10.2019)
- Alto, Ilana (2017). Mistä tavaratulva syntyy ja kuinka se padotaan. Jyväskylä: Atena.
- Attila, Henna & Pietiläinen Marjut (2017). Sukupuolten tasa-arvon toteutuminen perheiden työnjaossa ja päätöksenteossa. Tasa-arvobarometri 2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3932-5> (15.8.2019)
- Beardsley, Monroe (1983/1973). Aesthetic Welfare, Aesthetic Justice, and Educational Policy. Teoksessa Michel Green & Callen, Donald (toim.): *The Aesthetic Point of View – Selected Essays*. Ithaca & Lontoo: Cornell University Press.
- Bourdieu, Pierre (1986). *Distinction, A Social Critique of the Judgement of Taste*. Lontoo: Routledge & Kegan Paul.
- De Botton, Alain (2004). *Status Anxiety*. New York: Vintage International.
- Douglas, Mary (2000). *Puhtaus ja vaara, Ritualistisen rajanvvedon analyysi*. Tampere: Vastapaino
- Friman, Laura (2019). ”Instasohva ja blogimatto.” *Image-lehden verkkojulkaisu*. Julkaistu: 13.6.2019 <https://www.apu.fi/artikkelit/instasohva-ja-blogimatto> (25.11.2019)
- Haapala, Arto (2015). Mitä on esteettinen hyvinvointi? Teoksessa Arto Haapala, Kalle Puolakka & Tarja Rannisto (toim.): *Ympäristö, estetiikka ja hyvinvointi*. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.
- Johansson, Hanna, ja Kirsi Saarikangas (toim.) 2009. Introduction. Ambivalent Home. Teoksessa: *Homes in Transformation, Dwelling, Moving, Belonging*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.



- Kaakinen, Juha (2017). *A Book That Is Truly Needed*. Teoksessa Y-säätiö (toim.): *A Home of Your Own, Housing First and ending homelessness in Finland*. Y-säätiö.
- Mattila, Hanna (2015). Preferenssiutilitarismia, avointa arvokeskustelua vai yhdessä tekemistä? Teoksessa Arto Haapala, Kalle Puolakka & Tarja Rannisto (toim.): *Ympäristö, estetiikka ja hyvinvointi*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Naukkarinen, Ossi (2011). *Arjen estetiikka*. Keuruu: Otava.
- Paajanen, Ilona & Pyhälähti, Minna (2018). Sirkkis heti yleisnimeksi, kotiposiitivisuudella irti kotihäpeästä. *Kotimaisten kielten keskuksen blogi, Uudissanataulu: syyskuu: 2018*. 25. syyskuu 2018. [https://www.kotus.fi/nyt/kotus-blogi/uudissanataulu?28097\\_m=28690](https://www.kotus.fi/nyt/kotus-blogi/uudissanataulu?28097_m=28690) (12.11.2019).
- Pallasmaa, Juhani (1998). *Identity, Intimacy and Domicile – Notes on the Phenomenology of Home*. Teoksessa David N Benjamin (toim.): *The Home: Words, Interpretations, Meanings, and Environments*. Aldershot: Ashgate.
- Puolakka, Kalle (2015). Teoksessa, Arto Haapala, Kalle Puolakka ja Tarja Rannisto (toim.): *Ympäristö, estetiikka ja hyvinvointi*. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura.
- Purhonen, Semi, Jukka Gronow, Riie Heikkilä, Nina Kahma, Keijo Rahkonen & Arho Toikka (toim.) 2014. *Suomalainen maku: kulttuuripääoma, kulutus ja elämäntyylien sosiaalinen eriytyminen*. Helsinki: Gaudeamus.
- Saari, Juho (2011). Hyvinvoinnin kentät. Teoksessa: *Hyvinvointi, Suomalaisen yhteiskunnan perusta*. Helsinki: Gaudeamus, 2011.
- Saarikangas, Kirsi (2002). *Asunnon muodonmuutoksia, Puhtauden estetiikka ja sukupuoli modernissa arkkitehtuurissa*. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Sarantola-Weiss, Minna (2003). *Sohvaryhmän läpimurto, Kulutuskulttuurin tulo suomalaisiin olohuoneisiin 1960- ja 1970-lukujen vaihteessa*. Vammala: Vammalan kirjapaino.
- Simmel, Georg (2005). *Suurkaupunki ja moderni elämä: kirjoituksia vuosilta 1895-1917*. Helsinki: Gaudeamus.
- Sosiaali- ja terveysministeriö. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. <https://stm.fi/hyvinvoinnin-edistaminen> (2.12.2019).
- SVT, Suomen virallinen tilasto (2017). Veronalaiset tulot [verkkojulkaisu]. ISSN=1798-3843. 2017, Veronalaiset tulot kasvoivat 2,6 prosenttia. Helsinki: Tilastokeskus. [http://www.stat.fi/til/tvt/2017/tvt\\_2017\\_2018-12-17\\_kat\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/tvt/2017/tvt_2017_2018-12-17_kat_001_fi.html) (28.11.2019).
- Tangney, June, ja Ronda Dearing (2002). *Shame and Guilt*. New York: Guilford Press, 2002.
- Tueido, James (2009). "Ambiguities in the Locus of Home. Exilic lifestyle and the Space of Belonging." Teoksessa Hanna Johansson & Kirsi Saarikangas (toim.): *Homes in Transformation. Dwelling, Moving, Belonging*. Helsinki: Suomalaisen kirjallisuuden seura, 284-310.
- Tuomi, Jouni, ja Anneli Sarajärvi (2006). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Jyväskylä: Gummerus.
- Viljanen, Kaisa (2018). "Kyläily on vähentynyt jo 40 vuotta", sanoo tutkija, ja syy voi olla kotihäpeässä: "Ihmiset tunkevat Ikea-kassit täynnä tavaraa lauteiden alle piiloon". *Helsingin Sanomat*, Lokakuu.

# Liite

## KYSELY

Alla on tekemäni tutkimuksen kysymykset. Varsinainen kysely tehtiin Survey Monkey -alustalla, siksi todellisuudessa sen ulkonäkö ja koko käyttäjäkokemus eroaa tästä. Kohdat 1 sekä 5-9 olivat pakollisia vastattavia.

Seuraavaksi saat vastataksesi neljä kysymystä kotihäpeästä. Sitten vuorossa on muutaman nopean taustatiedon täyttäminen, joiden jälkeen onkin jo valmista.

Vastaa avoimiin kysymyksiin jaksamisesi mukaan, lyhyetkin vastaukset ovat tärkeitä! Ei haittaa, vaikei sinulla olisi taustatietoa aiheesta - nyt haetaan mielikuvia, ajatuksia ja tulkintoja.

1. Koetko, tai oletko koskaan kokenut kotihäpeää? (Valitse toinen vaihtohdoista)
  - Kyllä/Ei
2. Millaisissa tilanteissa kotihäpeä ilmenee?
  - Avoin vastaus
3. Miten kokemasi kotihäpeä on vaikuttanut toimintaasi? Entä mielentilaasi?
  - Avoin vastaus
4. Mitä tarvittaisiin, ettet enää kokisi kotihäpeää?
  - Avoin vastaus
5. Sukupuolesi (Valitse yksi vaihtoehto)

- Nainen/Mies/Muu

6. Minkä ikäinen olet? (Valitse yksi vaihtoehto)

- Alle 30-vuotias
- 31-40 vuotias
- 41-50 vuotias
- 51-64 vuotias
- Yli 65-vuotta

7. Oletko tällä hetkellä (Valitse yksi vaihtoehto)

- töissä
- työtön
- opiskelija
- kotivanhempi
- eläkeläinen
- jotakin muuta

8. Millaiset ovat arviolta kotitaloutesi kaikki yhteenlasketut tulot (palkka, etuudet, pää-oma- ja yritystulot, eläkkeet) verojen jälkeen kuukaudessa? (Valitse yksi vaihtoehto)

- Alle 500 euroa
- 500-999 euroa
- 1000-1499 euroa
- 1500-1999 euroa
- 2000-2499 euroa
- 2500-2999 euroa
- 3000-4999 euroa
- 5000-7499 euroa
- 7500-10000 euroa
- Yli 10 000 euroa

9. Montako henkeä kotitalouteesi kuuluu?

- Avoin vastaus

Tässä kaikki!

Vastauksesi on kullanarvoinen. Kiitos ajastasi ja ajatuksistasi!





## Lähteet